Benjamín Martín Sánchez
Canónigo de la S.I. Catedral de Zamora

PARA SER SANTO

Aprende a ser humilde

APOSTOLADO MARIANO
Recaredo, 44
41003 - SEVILLA

Con licencia eclesiástica

ISBN. 84-7770-425-2
Depósito legal: M. 18.494-2006
Impreso por: Impresos y Revistas, S. A. (IMPRESA)
Impreso en España / Printed in Spain

A MIS LECTORES

La virtud que más nos eleva y ensalza es sin duda la humildad, porque es la que más fácilmente nos conduce a la santidad.

La santidad es obra de la gracia y obra nuestra, porque depende de que nostros queramos ser santos, y, si de hecho lo queremos, lo conseguiremos empezando por ser humildes.

Los ejemplos de los santos —dice San Jerónimo— nos enseñan lo que hemos de hacer y lo que hemos de evitar.

En este pequeño trabajo empiezo por dar una idea clara de las virtudes cristianas, para luego hacer ver el puesto que ocupa la humildad, su valor e importancia, y cómo debemos practicarla por ser el fundamento de la santidad.

El santo, bien podemos decir, viene a ser un conjunto de virtudes, pues debe practicarlas todas: venciéndose en hacer el bien y en apartarse del mal, o sea, de toda clase de vicios o pecados: amando a todos y obrando conforme a las verdades reveladas por Dios, sin perder de vista el gran fundamento del edificio de la santidad, que no es otro que la humildad, según iremos explicando.

Comprendo que no soy yo el más llamado a hablar de la humildad por cuanto no la he practicado como es debido, ya que muchas veces he obrado en mi vida

por ser visto, por sobresalir y grangear aplausos (que es lo opuesto a la humildad); pero después del estudio de esta virtud, al comprender mi vanidad y reconocer que no hay perfección ni verdadera santidad sin humildad, no he podido menos de hablar de la belleza de esta virtud y hacer ver a todos que es el verdadero camino para llegar a ser santos, sin perder de vista el valor de la oración, la abnegación y la vida de la gracia.

Yo espero que la lectura y meditación de las ideas que encierra este pequeño libro, os haga un gran bien, como a mí me lo ha hecho el estudio de las mismas y que en él veréis consignadas.

San José de Calasanz nos da este consejo, que debemos tener todos muy presente: «Si quieres ser santo, sé humilde; si quieres ser más santo, sé más humilde; si quieres ser muy santo, sé muy humilde.»

Benjamín MARTIN SANCHEZ

Zamora, mayo 1984.

VIRTUDES CRISTIANAS

¿Qué es la virtud?

Ante todo conviene saber que «virtud» significa «valor, fuerza, vigor, constancia en hacer el bien». «La virtud es el arte de hacer el bien y rectamente...» (San Agustín).

En los Proverbios leemos: *«La virtud engrandece a los pueblos, mientras que el pecado los hace miserables»* (14,34).

Una nación no es verdaderamente grande porque tenga gran potencia militar, política o comercial. Es la justicia, la honradez y rectitud en la vida privada y pública lo que engrandece las naciones.

«Nada hace que los hombres sean tan insensatos como el pecado; nada que los haga tan cuerdos como la virtud, porque los hace reconocidos, buenos, dulces, humanos y misericordiosos... El manantial, la raíz, la madre de la sabiduría es la virtud... La virtud es tan excelente que hasta los que la combaten la admiran. Nada es comparable a la virtud» (S. J. Crisóstomo).

Veamos testimonios de diversos autores sobre la virtud:

«Nada más amable que la virtud, nada que nos gane tanto los corazones... La riqueza está en la virtud, y nadie puede ser feliz sin virtud» (Cicerón).

«El que posee la virtud, posee lo principal. La generosidad del alma, la formalidad, la sinceridad, la rectitud, el celo y la bondad constituyen la virtud perfecta» (Confucio).

«La virtud no necesita de adornos extraños; ella tiene en sí misma su máximo ornato» (A. Séneca).

«El que no hereda la virtud de sus antepasados es muy poco lo que hereda» (Mario).

«No hay medio más eficaz para hacerse bueno que hacer bien. Sólo el que va por el camino del bien, sabe adónde va... La virtud no pasa por ninguna parte sin dejar huellas... Porvenir tienen todos los pueblos que creen en la virtud» (C. Arenal).

«Procura limpiar la vasija antes de echar nada en ella, esto es, antes de predicar la virtud, reforma tus costumbres» (Epicteto).

«La virtud no puede crecer al lado de los vicios; es preciso impedir que éstos crezcan si se quiere que aquélla se fortifique» (S. Bernardo).

La virtud está en las buenas obras, no en las palabras. Jesucristo nos lo dice: *«No todo el que dice: Señor, Señor, entrará en el reino de los cielos, sino el que hace la voluntad de mi Padre que está en los cielos»* (Mt. 6,21), o sea, el que cumple sus mandamientos.

A la hora de la muerte enmudecen las riquezas, los honores y los placeres... Sólo una cosa sigue hablando: la virtud. ¿Por qué trabajar tanto para adquirir *lo que pasa* y no trabajar más por lo que permanece?

«Mirar cada día como el último de la vida, es un buen medio para no apartarse nunca de la virtud» (Musonio Cayo).

¿Cuál es la principal de las virtudes cristianas?

A esta pregunta tenemos que contestar primeramen-

te, de un modo general, diciendo: Hay siete virtudes principales: tres llamadas «teologales» porque dicen relación *inmediata* a Dios, y son: *La fe, la esperanza y la caridad.*

Hay cuatro virtudes llamadas «cardinales» (del latín *cardo* = quicio) alrededor de las cuales giran las muchas *virtudes morales,* como la puerta sobre sus goznes o quicios. Estas son: *la prudencia, justicia, fortaleza y templanza.*

San Pablo nos habla de les tres virtudes teologales, y dice que la mayor de todas ellas, la más excelsa es *la caridad* (1Cor. 13,13), y ciertamente así es según el orden de la perfección por ser la que más nos une íntimamente con Dios, y porque es la única que permanece eternamente en el cielo, ya que la fe desaparece al ser sustituida por la visión de Dios y lo mismo la esperanza.

Pero conviene advertir que *la fe* es la primera virtud cristiana en cuanto que es *el fundamento* de la vida sobrenatural, pues todas las virtudes e incluso la caridad presuponen la fe. «La fe, como dice San Ambrosio, es el fundamento sólido de todas las virtudes.» Y en hecho de verdad bien podemos decir: Si se nos quita de fe, ¿qué virtudes nos quedan especialmente cristianas? ¿Cómo hemos de esperar en Dios y amarle, si no creemos en El? Y ¿cómo podremos guardar la humildad y ser castos..., si no creemos que Dios nos impone estas virtudes con expreso mandamiento, reservándonos castigos en caso de infracción?...

Sin la fe, pues, no puede existir ninguna virtud, como sin fundamento no puede existir ningún edificio...

A las virtudes teologales siguen las llamadas «virtudes morales», que son muchísimas (Santo Tomás enumera más de 50), pero se reducen a las cuatro dichas: «Prudencia, justicia, fortaleza y templanza».

Una de las virtudes más fundamentales, y que se deriva de la «templanza» es LA HUMILDAD, que nos inclina a cohibir o *moderar* el apetitio de grandezas, o bien el «apetito desordenado de la propia excelencia» (y ésta es precisamente la definición de la soberbia, vicio contrario a la humildad).

La humildad y la fe son virtudes «fundamentales». La fe es fundamento «positivo» de todas las virtudes, y la humildad es fundamento «negativo» de todo el edificio sobrenatural, en el sentido de que *remueve los obstáculos* para recibir el influjo de la gracia, que sería imposible sin ella, ya que la Escritura Santa nos dice expresamente que *«Dios resiste a los soberbios y da su gracia a los humildes»* (Sant. 4,6).

¿Qué es la humildad?

El filósofo Balmes dio esta definición, que me parece la más precisa: «Humildad es el conocimiento claro de lo que somos sin añadir ni quitar nada.» Y Santa Teresa de Jesús dijo: «Humildad es andar en verdad», y la verdad es que no tenemos nada de bueno que no hayamos recibido de Dios.»

Nos vemos, pues, precisados a decir que el verdadero humilde es el que se reconoce hechura de Dios y que todo cuanto tiene de inteligente, de hermosura, de dignidad de hijo de Dios..., lo ha recibido de El y a El lo refiere: *«¿Qué tienes que no hayas recibido de Dios? Y si lo recibiste ,¿de qué te glorías como si no lo hubieras recibido?»* (1Cor. 4,7).

«En el hombre, dice Santo Tomás, se pueden considerar dos cosas: lo que tiene de Dios y lo que tiene de sí mismo. De sí mismo tiene todo cuanto significa imperfección o defecto, ya que esto es evidente que no puede provenir de Dios. De Dios, en cambio, tiene

todo cuanto se refiere a bondad y perfección, ya que toda bondad o perfección creada es participación de la divina e increada.»

En consecuencia: La verdadera humildad no es más que el exacto conocimiento de Dios y de uno mismo. «Que os conozca, Señor, y me conozca, decía San Agustín. Que conozca a Dios para amarle, y me conozca a mí para despreciarme. Esto mismo, refiere San Alfonso María de Ligorio, que era lo que pedía siempre a Dios San Francisco de Asís: «¿Quién sois Vos, y quién soy yo?» Estaba maravillado de la grandeza y de la bondad que veía en Dios, a la vez que de la indignidad y de la miseria que descubría en sí mismo.

«Ved aquí cómo los santos se humillaban hasta las entrañas de la tierra; cuanto más conocían a Dios, tanto más pobres se veían y llenos de defectos. Los soberbios, por el contrario, como están privados de luz, apenas si ven su bajeza.

Separemos, pues, lo que nos pertenece de lo que pertenece a Dios. De nosotros no tenemos más que miseria y pecado. En efecto, ¿qué somos si no un poco de polvo manchado de iniquidades? y ¿aún nos podremos enorgullecer? *¿De qué se envanecerá* (el que es) *polvo y ceniza*?» (Eclo. 10,9) (La Selva).

Siendo la humildad «andar en verdad», la verdad es que no tenemos nada. Yo no me puedo comparar con otros, porque todos somos átomos de la nada: *Todas las naciones de la tierra son como una gota de agua... como un polvillo en la balanza...* (Is. 40, 25-28). Y si esto es el mundo delante de Dios, ¿qué seré yo?

Si me preguntáis, dice San Agustín, cuál es el camino que conduce al conocimiento de la verdad, qué cosa es la más esencial en la religión de Jesucristo, os responderé: Lo primero es la humildad, lo segundo es la

humildad, y lo tercero es la humildad, y cada vez que me hagáis la misma pregunta, os daré la misma respuesta.

El edificio de la vida espiritual lo hemos de levantar con la gracia de Dios y nuestro esfuerzo personal, y si queremos que sea muy elevado necesitamos poner unos fundamentos hondos, y éstos sobre los cuales debe estribar, no son otros que la humildad. «La humildad es la virtud de las almas grandes...»

Para conocer mejor la importancia de la virtud de la humildad hemos de reflexionar sobre los dichos de las almas santas, y de cuantos la han practicado. Veamos algunos de tantos testimonios.

Dichos de Santa Teresa de jesús

«Una vez estaba yo considerando por qué razón Nuestro Señor era tan amigo de esta virtud de la humildad, y púsoseme delante, a mi parecer, sin considerarlo, sino de presto, esto: que es porque Dios es la suma Verdad, y «la humildad es andar en verdad»; que lo que es muy grande no tener cosa buena de nosotros, sino la miseria y ser nada; y quien esto no entiende, anda en mentira. A quien más lo entienda, agrada más a la suma Verdad, porque anda en ella. Plegue a Dios, hermanos, nos haga merced de no salir jamás de este propio conocimiento, Amén» («Moradas sextas, 10,7»).

«Y como este edificio todo va fundado en humildad, mientras más llegados a Dios, más adelante ha de ir esta virtud, y si no, va todo perdido» («Vida, 12,4»).

«Todo este cimiento de la oración va fundado en humildad, y mientras más se abaja un alma en la oración, más la sube Dios. No me acuerdo haberme hecho merced muy señalada, de las que adelante diré, que no

sea estando deshecha de verme tan ruin» («Vida, 22,11»).

«La una es amor unas con otras; otra, desasimiento de todo lo criado; la otra, verdadera humildad, que, aunque la digo a la postre, es la principal y las abraza todas» («Camino 4,4»).

«Y si a esto no se determinan, no hay miedo que aprovechen mucho, porque todo este edificio, como he dicho, es su cimiento humildad; y si no hay ésta muy de veras, aun por vuestro bien no querrá el Señor subirle muy alto, porque no dé todo en el suelo» («Moradas séptimas 4,8»).

Pensamientos de Santa M. Sofía Barac

—Una religiosa sin humildad no es religiosa más que de nombre.

—La paz no puede habitar más que en los corazones humildes y desprendidos de todo... Sin la mortificación y la humildad no hay santidad alguna.

—Un átomo de humildad vale más que una montaña de buenas obras. La humildad y la sencillez son los verdaderos manantiales de la perfección.

—No hay humildad sin mansedumbre y olvido de si. La humildad es la virtud de las almas grandes. Si tuviéramos un solo átomo de humildad, soportariamos gozosos las contrariedades, los olvidos y cualquiera otra falta. ¿Acaso no tienen los demás que soportar las nuestras?

—Que nos pospongan a los demás, que nos olviden y hasta nos desprecien... digamos esta sola palabra: «Lo hemos merecido.»

—Los santos hacen tanto bien a las almas, porque no se estiman en más que el lodo que hollamos con los pies.

—Una hilacha de vanidad o complacencia propia,

puede secar la fuente de las gracias; Jesús es en extremo celoso de sus dones: de El proceden y deben volver a El.

—La humildad no existe jamás sin la dulzura y el olvido de sí. Estas son las dos cualidades que hacen al humilde tan amable y capaz de todos los empleos.

—La humildad azota al demonio; el orgullo a Cristo.

Otros pensamientos sobre la humildad

Un Padre del Yermo dice: «¿Qué es la humildad? Hacer bien al que te hace mal. Y si el hombre no llega a tanto, ¿qué hará? Huya, y escoja el silencio. Tu humildad es el silencio.

¿Cómo puede el hombre alcanzar su humildad? Considerando solamente sus maldades y no las de otros. La humildad es la perfección del hombre. Sé humilde para aprender.»

San Agustín dice también: «Si me preguntáis cuál es el camino que conduce al conocimiento de la verdad, qué cosa es la más esencial en la religión de Jesucristo, os responderé: Lo primero es la humildad, lo segundo es la humildad y lo tercero es la humildad, y cada vez que me hagáis la misma pregunta, os daré la misma respuesta.»

—Estando en gracia todos podemos decir que somos santos; pero hay que saberlo decir, como enseña el mismo San Agustín: «Si dices que eres santo por ti mismo, eres un soberbio; por otra parte, si tú crees en Cristo y eres miembro suyo, si dices que no eres santo, eres ingrato. Di, pues, a tu Dios: Soy santo porque me santificaste; porque recibí y no porque tuviera; porque Tú me diste, no por merecerlo yo.»

—El que bien se conoce tiénese por vil y no se deleita en alabanzas ajenas (Kempis).

—El mismo Kempis dice: «El que se conoce bien

tiene humildes sentimientos de sí mismo, y no se alegra de las alabanzas de los hombres, no se cree mejor que los demás. El humilde goza de una paz inalterable; en cambio, la emulación y la ira anidan a menudo en el corazón del soberbio.

—La humildad es el fundamento de la misma fe, porque el que no es humilde, vacila y pierde la fe (Santo Tomás de A.).

—La humildad no consiste en palabras humildes, dichas sin sentir lo que ellas expresan, ni en un exterior modesto, que oculta un alma que se estima y quiere captarse la estimación de los demás.

—«Conócete a ti mismo.» El muy conocido desea estar incógnito, y el desconocido está triste de ser desconocido.

—La humildad perfectísima es una actitud habitual de imitar a Jesucristo hasta en lo más costoso, como es vivir abrazado a la cruz, o sea, como dice el Concilio Vaticano II, seguir a Cristo pobre, humilde, y cargado con la cruz... (LG. 41).

—El humilde busca la gloria de Dios en todo, elogia las obras de los demás, y las suyas las tiene en poco o nada, y no habla de sí mismo ni para bien ni para mal.

—El humilde prefiere la compañía de los pobres y de los ignorantes. No se irrita por una descortesía, ni se enoja por cualquier afrenta. A nadie considera inferior a él. Le gusta pasar desapercibido y no hace nada por ser visto o aplaudido... y acepta agradecido la corrección.

—Cuanto más se acerca el hombre a Dios tanto más pecador se ve (Muzues).

—No es gran cosa estar pensando en Dios; lo grande es verte debajo de todas las criaturas (Sísoes).

—Hay mucha más humildad en aceptarnos que en reprocharnos.

—El humilde resplandece desde un rincón como una estrella. Mientras más se hunde más le alza Dios.

—El verdadero humilde no desprecia a ninguno, aunque sea grave pecador, porque sabe que aquél puede arrepentirse y ser santo, y que él puede caer y condenarse.

—No intentes lucirte, sino dar luz.

—El vestido de las virtudes es la humildad; si se lo quitas desaparecerán todas. La humildad es la señal más fija de predilección (S. Greg. M.)

—Muchos tienen la apariencia de la humildad, pero no la virtud (S. Ambrosio).

—La humildad ni se incomoda, ni a nadie incomoda.

—El mejor remedio para todo es humillarse hasta con aquellas personas a quienes no hemos ofendido.

Grados de humildad

Los santos y maestros de vida espiritual como San Benito, San Anselmo, San Ignacio de Loyola y otros nos hablan de grados de humildad, y todos se vienen a reducir a que la raíz o fundamento de la humildad es ser fieles al cumplimiento exacto de los mandamientos de Dios, pues como dice San Agustín: «La soberbia hace su propia voluntad, la humildad hace la voluntad de Dios», y ésta se manifiesta en todo aquello que Dios nos ordena, manda o aconseja, o sea, en sus mandamientos y consejos evangélicos.

La humidad siempre será el fundamento y el remate del edificio de la santidad.

San Ignacio de Loyola nos pone delante tres grados de humildad (en los que nos vamos a fijar), que son como tres estaciones en el camino de la perfección, y

cuanto más humildes seamos veremos que somos más santos y más perfectos.

Para seguir por este camino nos ayudará mucho, puesta la mirada en Jesucristo, vencer todo respeto humano, procurando agradarle a El solamente, sin declinar a una u otra parte por miramientos de los hombres.

Primer grado de humildad

«La primera manera de humildad es necesaria para la salvación eterna, es a saber, que así me baje y así me humille cuanto en mí sea posible, para que en todo obedezca a la ley de Dios nuestro Señor, de tal suerte que aunque me hicieran dueño de todas las cosas que existen sobre la tierra, ni por la propia vida temporal, quebrante un mandamiento de Dios (o sea, que *jamás cometa un pecado mortal),* de modo que antes quiera con Cristo pobre, despreciado y afligido, vivir también yo pobre, despreciado y afligido, que, por un pecado grave, gozar de las mayores riquezas, honores y placeres de este mundo.»

Debo, pues, estar resuelto, por sumo aprecio de Dios, a perder todos los bienes de este mundo..., y a soportar todos los males temporales, incluso la muerte, antes que cometer un solo pecado mortal.

Es el caso de Santa María Goreti, y de tantísimos mártires que prefirieron la muerte antes que manchar su alma con el pecado.

Este grado de humildad es necesario para poseer el estado de gracia santificante y no condenarse. Mas ¡qué fácil es caer! «El que se crea estar seguro tema no caiga», dice el apóstol (1Cor 10,12).

Hay fallos por el poco temor de Dios... ¡Cuántas almas por un placer momentáneo..., por un poco de pereza..., por cosas de poca importancia, pecan mortal-

mente! Cada uno debemos reflexionar y decir: ¿Tengo yo en la actualidad voluntad habitual y firme de no pecar gravemente, aunque me amenacen con el martirio? Conviene que meditemos sobre la malicia del pecado mortal, que oremos mucho y huyamos de las ocasiones de pecado.

Segundo grado de humildad

San Ignacio dice: «La segunda manera de humildad es más perfecta que la primera, es a saber, si yo me hallo en tal punto, que no quiero ni me afecto más a tener riqueza que pobreza, a querer honor que deshonor, a desear vida larga que corta, siendo igual servicio de Dios Nuestro Señor y salud de mi alma, y que con esto, que por todo lo criado, ni porque la vida me quitasen, no sea en deliberar de hacer un pecado venial.»

Este grado de humildad tiende a *evitar el pecado venial deliberado.* Según la regla de la *santa indiferencia,* no debemos inclinarnos más a riqueza que pobreza, más a este cargo que al otro de menos gusto y relumbrón..., mientras no vea cuál es de mayor gloria de Dios, por exponerme a satisfacer mi pasión.

Nuestro deber es mirar tanto la riqueza como la pobreza, el honor y la ignominia..., como medios para conseguir el fin..., y por lo mismo debemos mantenernos en perfecto equilibrio o santa indiferencia respecto a la enfermedad y a la salud, a lo próspero y a lo adverso, porque si por evitar la enfermedad o la pobreza y por adquirir la salud o la riqueza cometemos un pecado venial, es faltar al debido equilibrio y obrar contra el dictamen de la razón.

Notemos que si caemos en pecados veniales, es clara señal de que no poseemos este segundo grado de humildad... Para conseguirlo es necesario que meditemos

mucho la vida de Jesucristo y vivir unidos a El por la oración continua..., pedirlo con humildad.

Tercer grado de humildad

Es humildad perfectísima. Y está en que, siendo igual alabanza y gloria de la divina Majestad, y me fuera igualmente fácil salvarme con honores y riquezas que con pobreza y desprecios, por imitar y parecerme más actualmente a Cristo Nuestro Señor, quiero y elijo más pobreza con Cristo pobre que riquezas; oprobios con Cristo lleno de ellos que honores

Es el caso de Santa Gemma Galgani y otras santas. Cuando el ángel le ofrece dos coronas: una de rosas y otra de espinas... La suma perfección está e abrazarse a la que sea de más agrado de Dios, !si le es igual una corona que otra!... Si luego dice: pues yo elijo la de espinas, por asemejarme a Cristo que sufrió por mí, entonces esta semejanza con Jesús es el tercer grado de humildad..., es seguir el ejemplo de Cristo, que por nuestro amor eligió el camino de los dolores, de la pobreza y del desprecio... «Yo no debo ser tratado mejor que el Maestro.»

El que quiera ser santo de veras, debe estar dispuesto a aceptar con gusto cuanto disgusta a la naturaleza, desear y elegir estas cosas mortificantes por imitar más de cerca a Jesús.

La humildad de entendimiento y de voluntad

La verdadera humildad ha de ser de entedimiento y de corazón o voluntad. ¿En qué consiste *la humildad de entendimiento*? Consiste en que el hombre conociéndose bien con toda sinceridad (pues humildad es verdad), se convenza de lo miserable y pequeño e indigno que es.

La humildad de voluntad o de corazón es como una consecuencia de la humildad de entendimiento, pues una vez conocido el hombre como es, esto es, conocida su abyección y su bajeza, debe amar esta abyección, es decir, no amar la miseria o la vileza e ignorancia en sí, sino los efectos que se siguen de estas miserias, como son el menosprecio, el abandono de los demás y otras humillaciones.

A este fin tenemos que pedir a Dios una luz especial para ver con todo relieve el contraste entre nuestra miseria y las perfecciones divinas.

«Tu pecado frente a la santidad de Dios.
Tu ignorancia frente a la sabiduría infinita.
Tu debilidad frente a la omnipotencia divina.
Tu egoísmo frente a la liberalidad de Dios...»

La fealdad de nuestro cuerpo y de nuestra alma frente a la hermosura infinita de Dios, manantial de todas las hermosuras del cielo y de la tierra...

Si conociéramos bien este contraste entre Dios y yo, entonces no sabríamos donde escondernos y tendríamos la voluntad de entendimiento.

Es lo que San Agustín le pedía a Dios: «Que me conozca a mí, y que te conozca a Ti.» Ahondemos en estos dos abismos infinitos: el de sus perfecciones y el de mis miserias.

Y cuando me vea abandonado, despreciado, calumniado..., me abrazaré a estas humillaciones, y entonces tendré humildad de corazón.

El tercer grado de humildad me debe llevar a ponerme delante de Dios como nada, a rendirme totalmente a su voluntad. no queriendo por nada de este mundo ofenderle y estar siempre dispuesto a segurirle por el camino de la cruz, para llegar un día «por la cruz a la luz»...

Práctica de la humildad

San Alfonso María de Ligorio dice que para ser verdaderamente humildes, no de nombre, sino realmente, tenemos que empezar por aborrecer el orgullo; no gloriarnos del bien que hayamos hecho; mantenernos en desconfianza de nosotros mismos y aceptar las humillaciones.

—*La soberbia u orgullo* es el apetito desordenado de la propia excelencia. Es necesario concebir sumo horror a este vicio por ser el primero de los vicios capitales y además raíz de todos ellos.

En el fondo de nuestro ser están las raíces del pecado. La más profunda es el egoísmo, el apego exagerado a nuestra persona, el instinto más o menos oculto de considerarnos centros, si no del universo, por lo menos del círculo de personas que nos rodean. Tener orgullo es hacernos superiores a los demás y atribuirnos lo que procede de Dios.

El orgulloso cree no deber a nadie lo que posee, sino a su propio mérito; se vanagloría de tener lo que no tiene; desprecia a los demás y desea que todos sepan que tiene mucho. El se cree saber hasta lo que ignora y no quiere recibir consejos, ni lecciones, ni sufrir una prueba venga de superiores o inferiores..., es terco; no quiere instruirse ni ver la verdad... Tales son también los herejes obstinados.

El orgullo, el deseo de sobresalir, da origen a las disputas, a las disensiones, a los sonidos, a los odios, a las maledicencias, a las calumnias, a los pleitos, a las guerras, a los cismas y herejías. La humildad, por el contrario, es madre de la paz, de la concordia, de la unión, de la caridad...

«De todos los orgullosos el más insoportable es el que cree saberlo todo» (Filodemo). «La mayor nece-

dad del hombre es la soberbia: Y sentir ser despreciado del mundo es ser más soberbio que el mundo» (Quevedo).

Las maneras de hacernos culpables de orgullo es por apegarnos a nuestras ideas y voluntad, por presunción, por complacencia en nosotros mismos, por jactancia, por autosuficiencia no tomando consejo de nadie, por hipocresía mostrando más piedad y talento que el que se posee...

La soberbia es odiosa a Dios y a los hombres, y como «Dios se opone a los soberbios y a los humildes les otorga la gracia« (Sant. 4,6), necesitamos, como dice San Alfonso M.ª, una asistencia especial para conservar la castidad, y por lo mismo, si uno es orgulloso ¿cómo podrá guardar castidad, si en castigo de su soberbia lo privará el Señor de su ayuda?

«Preludio de ruina es la soberbia», dice el Sabio (Prov, 16,18); de lo que concluye San Agustín que en cierto sentido es útil que los soberbios caigan en cualquier pecado manifiesto, para que con ello aprendan a humillarse y a detestarse a sí mismos.

«El orgullo es semillero de impurezas, porque la carne precipita en el infierno a los que la altivez ensalza». La soberbia va fácilmente acompañada del espíritu de impureza. Preguntad al impuro por qué cae siempre en las mismas torpezas, y os responderá que por la soberbia: el orgullo responderá por él y dirá que él es la causa de las recaídas; el orgulloso, en efecto, tiene gran estima propia, y el Señor lo castiga permitiendo que quede enfangado en sus suciedades. Es el castigo impuesto antiguamente a los sabios del mundo en pena de su orgullo, como dice el apóstol: *«Por lo cual Dios los entregó a las pasiones vergonzosas... cometiendo torpezas y recibiendo en sí mismos el pago debido a su extravío»* (Rom. 1,24).

— *No gloriarnos del bien hecho y desconfiar de nosotros mismos.* Esta consideración puede ayudarnos mucho a permanecer en humildad. «Cuando uno está más elevado en dignidad, tanto más humilde ha de ser» (S. Bernardo). ¡Cuántos colocados en un lugar alto, por carecer de humildad, cayeron miserablemente en el precipicio! Subieron hasta a hacer milagros, y después la ambición los hizo caer en la herejía.

Según el apóstol, por nosotros mismos no podemos hacer buena obra, ni siquiera tener un buen pensamiento (2 Cor. 3,5). De aquí procede esta advertencia del Señor: «*Cuando hubiereis hecho todo lo que se os ordenó decid: Siervos somos sin provecho; lo que debíamos hacer, eso hemos hecho*» (Lc. 17,10)... Somos siervos inútiles, porque todo cuanto hacemos es nada para un Dios que merece infinito amor y que ha sufrido tanto por nuestro amor.

Sí, digamos: Siervos inútiles somos. Nunca esperemos el fruto de nuestro trabajo, sino de la mano de Dios. En efecto, ¿qué proporción puede haber vg. entre las palabras de un misionero santo y la conversión de los pecadores? *¿Se va a vanagloriar el hacha contra quien corta con ella?* Is. 10,15). El hacha no se podrá ensorberbecer contra el que la maneja, ni la sierra contra el que la mueva. ¿Cómo va a decir el hacha o la sierra: Yo, y no tú, corté el árbol? Somos semejantes a trozos de hierro incapaces de movernos por nosotros mismos si no nos mueve Dios.

Sin Mí, nada podéis hacer (Jn. 15,5), dice Jesucristo. Y comenta San Agustín: «No dice que sin Él podremos hacer poco, sino que no podremos hacer nada». Y el apóstol dijo: «*No que por nosotros mismos seamos capaces de discurrir algo como de nosotros mismos, sino que nuestra capacidad nos viene de Dios*» (2 Cor.

3,5). Si no podemos concebir ni un pensamiento por nosotros mismos, ¿cuánto menos podremos ejecutar una obra buena? *Ni el que planta es algo, ni el que riega, sino el que da el crecimiento, que es Dios* (1 Cor. 3,7). De aquí que tengamos que concluir con San Juan Crisóstomo: «Reconozcamos nuestra inutilidad, para llegar a ser útiles».

Cuando se presente ante nosotros una empresa difícil, no hemos de desconfiar, sino decir con el apóstol: «Todo lo puedo en aquel que me conforta» (Fil. 4,13). «No yo, sino la gracia de Dios conmigo» (1 Cor. 15,10).

Jesucristo para la conversión del mundo, no quiso elegir a los poderosos ni a los sabios, sino a pobres e ignorantes pescadores, porque eran humildes y estaban muy lejos de confiar en sus propias fuerzas (1 Cor. 1,27-29). Con todo no desconfiemos a vista de nuestros defectos; por recaídas que tuviéramos en ellos, aun después de los propósitos y promesas hechas a Dios, no debemos abandonarnos a la desconfianza, como pretende el demonio para precipitarnos en pecados más graves; entonces más que nunca pongamos nuestra confianza en Dios, aprovechando hasta de nuestras faltas para confiar aún más en la misericordia divina. Así se entiende lo del apóstol: *Dios hace concurrir todas las cosas para el bien de los que le aman* (Rom. 8,28), y la Glosa añade: «hasta nuestros pecados». El Señor permite a veces que se caiga o se recaiga en algún defecto para que aprendamos a ser humildes y así desconfiar de nosotros y confiar solamente en la ayuda divina. Por eso decía el profeta David: *Bien me ha estado ser humillado* (Sal. 119,71).

Aceptar las humillaciones

Las humillaciones son la piedra de toque de la hu-

mildad. Hay quienes dicen que quieren ser humildes, pero rehuyen la humillación. Decir esto es no conocer el camino de la santidad.

Como dice San Alfonso María, necesitamos, sobre todo, para adquirir la humildad aceptar las humillaciones que nos vengan de Dios o de los hombres y repetir con Job: *Había pecado y torcido el derecho, pero Él no me ha tratado como merecía mi falta* (33,27).

Algunos, como advierte San Gregorio Magno, dicen de boca que son pecadores, malvados y dignos de los mayores desprecios; pero no lo creen, porque luego, si son despreciados o reprendidos de los demás, acaban irritándose. Por eso dice San Ambrosio que «muchos tienen apariencias de humildad, pero no su realidad».

Cuenta Casiano de cierto monje que en el momento que se declaraba gran pecador, indigno de estar en la tierra, fue corregido por su Abad de un defecto notable: el de andar ociosamente de celda en celda, en vez de estar retirado en la suya, según la regla. Al oírlo se turbó el monje y dio de ello manifiesta prueba; por lo que el abad hubo de decirle: ¡Cómo, hijo!, ¿con que hace un poco decías que merecías toda suerte de oprobios, y ahora te irritas por una palabra de caridad que te acabo de decir? Igual acontece con muchos, que quisieran ser tenidos por humildes y luego no quieren ser humillados en nada.

En el libro del Eclesiástico leemos: *Hay perverso que camina encorvado y enlutado, pero en su interior está lleno de engaño* (19,23). «Buscar la alabanza de la humildad, decía San Bernardo, no es humildad, sino destrucción de la humildad», porque esto no es más que fomentar la soberbia con la ambición de parecer humilde.

Quien es verdaderamente humilde no sólo tiene bajo

concepto de sí, sino que también quiere que los demás piensen de él como él mismo piensa. También San Bernardo decía: «Aquel es humilde que cambia la humillación en humildad... La humillación es camino que lleva a la humildad como la paciencia es el camino que conduce a la paz y el estudio a las ciencias. Si deseas la humildad, no te apartes del camino de las humillaciones; porque si no pudieres humillarte, tampoco podrás llegar al logro de la verdadera humildad».

El verdadero humilde, cuando recibe desprecios se humilla más, declarando que los mereció justamente.

Ejemplos prácticos

1) *San Felipe Neri y una religiosa.* En un convento de las cercanías de Roma moraba una religiosa, de la cual decía el pueblo que había sido distinguida por Dios con especialísimas mercedes. Muchos eran los que la creían santa. Estos rumores habían llegado a oídos del Papa, quien sin perder tiempo mandó a San Felipe Neri se dirigiese al Convento de referencia para que estudiase lo que hubiera de cierto en aquellos rumores y luego informase al Papa de lo que viera.

Era un día que justamente había llovido mucho y los caminos se hallaban intransitables; por lo tanto San Felipe llegó al convento de religiosas con los zapatos llenos de barro. Entró y pidió en seguida que le permitiesen hablar con aquella religiosa tenida por santa.

Al comenzar la entrevista, San Felipe le dijo, señalando los zapatos enlodados: «Hermana, ante todo me parece que sería conveniente que me limpiaseis los zapatos». La religiosa dio muestras de mucho enojo y se desató en una retahila de palabras un tanto inconvenientes.

Sin añadir palabra abandonó el emisario del Papa

aquel convento, y de regreso a Roma dijo al Padre Santo: «Estoy cierto que esta religiosa que visité no es ninguna santa, le falta la humildad, que es el fundamento de todas las virtudes».

La humildad, ciertamente, es la piedra de toque de la perfección y el único asiento sólido de la virtud verdadera. La humildad es para el hombre lo mismo que la raíz para el árbol.

De San Bernardo son estas palabras: «Está más en camino de salvación un pecador humilde que un alma virginal que es soberbia; porque la humildad irá acercando el primero a Dios, en cambio el orgullo irá alejando de Él la segunda».

2) *«Esto no es más que un enano»*... Dios permite a menudo que los hombres más ilustres carezcan de algo corriente en los otros hombres y que en apariencia parece hacerles inferiores a los demás mortales. El apóstol San Pablo era pequeño y de naturaleza débil, así como el Papa Gregorio el Grande, el Príncipe Eugenio de Saboya, Alejandro de Macedonia, y muchos otros aun.

También en un convento de Ancona vivía un monje de mucha virtud llamado Constantino, pero débil y esmirriado de cuerpo. Todos sus contemporáneos le tenían por santo. Atraídos por el renombre de sus virtudes, eran muchos los que acudían al convento aquel, ansiosos de ver de cerca a un hombre de tanta santidad. Entre estos llegó un día un campesino, que apercibiendo al santo monje muy atareado limpiando una lámpara, viéndole tan endeble, exclamó lleno de admiración: «Esto no es más que un enano. No creo que en tan pequeño cuerpo pueda caber virtud tan grande».

El piadoso Constantino acertó a oír estas palabras, y con aire satisfecho dijo al campesino: «Tú sí que

tienes de mí la opinión más justa que pueda darse».

Los hombres humildes no se irritan si se ven menospreciados, porque saben despreciar al desprecio. La mayor virtud siempre se verá acompañada de la mayor humildad.

El verdadero humilde ama a todos

¿Quieres ser santo? He aquí una receta: «Ama a todos como te amas a ti mismo».

1) *Con amor sacrificado,* sabiendo exponer tu trabajo, tu dinero y hasta tu vida, si es preciso, en bien de los demás.

2) *Con amor desinteresado,* sin esperar recompensa, ni homenajes, ni fama, no esperes a oír que se diga de ti que eres bueno, porque debes reconocer que sólo Dios es digno de alabanza y debemos buscar su gloria.

3) *Con amor universal,* amando a todos sin distinción, y sabiendo que Jesucristo se identifica con los pobres, los necesitados..., ve en todos la dignidad de Dios y a todos y a cada uno procura hacerles bien...

4) *Con amor sobrenatural.* Esto es lo principal, pues este amor no es mera filantropía, o sea, amar al hombre por el hombre, sino que ama a todos por Dios. A Dios no debemos desechar de la sociedad, porque como ha dicho Juan Pablo II: «Un mundo sin Dios, tarde o temprano se construye contra el hombre».

—El amor verdadero se manifiesta en el respeto al cuerpo, al alma y a las ideas del prójimo. El que no respeta, no ama. Una vez oí a un sacerdote, que nos daba ejercicios espirituales, esta frase: «El que habla mal del prójimo, queda desprestigiado para mí». Mucho bien me hizo con ella, y merece que todos la meditemos, porque hablar mal de otros conduce al desprestigio propio y va contra Dios...

—El amor es *comprensivo*, porque sabe juzgar al prójimo poniéndose en su lugar, en sus circunstancias, en su mentalidad, en sus debilidades... ¿Qué haría yo en su puesto? Tal vez con su poca formación, con sus pasiones... yo sería peor y hubiera obrado peor que él. Por esto debemos transigir, disculpar, ser más caritativos... El que se apena porque otros suben o sean alabados, da a entender que no es humilde, sino envidioso...

—*¿Quieres ser santo?* «Dices que quieres ser santo y perfecto. Esto no es decir nada; porque eso lo quiere todo el mundo. Todos quisieran ser buenos si no costara nada. Lo que importa es saber si estás dispuesto a todos los sacrificios y a poner todos los medios para adquirir la perfección y la santidad y practicar todas las virtudes. Sin esto no hay virtud ni santidad posible.

La condición que Dios nos puso para alcanzar los bienes del cielo es la mortificación. Por eso hay tan pocos santos y virtuosos en verdad.

Hay que convencerse de una vez para siempre que sin mortificación ni vencimiento propio no hay virtud ni perfección posible; todo lo demás es pura ilusión y engaño.

Hasta hoy nadie en el mundo ha descubierto otro camino para ir al cielo que el de la cruz y seguimiento de Cristo. «El reino de los cielos padece violencia, y los violentos, los que se vencen a sí mismos lo arrebatan»...(P. Osende OP).

¡Cuántos sustituyen las palabras: «mortificación, humildad, obediencia, pobreza, abnegación, sacrificio...» por otras que suenan a libertad, liberación, generosidad, apertura, responsabilidad...!

Con facilidad decimos: ¡Hay que ser santos! Pero conviene tener muy presente que la santidad no es co-

modidad o vida de sentidos; santidad, según los Evangelios, es ausencia o limpieza de pecados, vida de gracia, vida interior, unión con Dios, y esto supone vencimiento, sacrificio, cumplimiento de la ley de Dios y del propio deber, abnegación, cargar con la cruz propia y saber sufrir con alegría y amor...

¡Sufrir y no hacer sufrir!, he aquí el gran lema de la santidad.

Nuestros más perfectos modelos de humildad

1.° Jesucristo. El primero e incomparable Maestro de humildad es Jesucristo. El nos dice: *«Aprended de Mí, porque soy manso y humilde de corazón»* (Mt. 11,29). Con estas palabras más que presentársenos como modelo, viene a decirnos: «Dejaos instruir por Mí», o mejor, «haceos mis discípulos afiliándoos a mi escuela».

Jesús se pone aquí como Maestro al cual debemos ir sin timidez, puesto que es manso y humilde y no se irrita al vernos tan torpes. Y ¿qué ejemplos de humildad nos da Jesucristo? El empezó por anonadarse en el seno de la Virgen María. San Pablo nos dice: «Tened los mismos sentimientos que tuvo Jesucristo; el cual teniendo la naturaleza de Dios, no fue por usurpación sino por esencia el ser igual a Dios; y no obstante se anonadó a sí mismo tomando la forma o naturaleza de siervo, haciéndose semejante a los hombres; y en la condición de hombre se humilló, hecho obediente hasta la muerte, y muerte de cruz» (Fil. 2,5-9).

Jesucristo nace como uno de los más pobres en una cueva donde se refugiaban animales y su Madre lo recuesta en un pesebre...

En Nazaret, aldea insignificante en su tiempo, lleva

una vida oculta, y pasa como un obrero manual, como hijo de un pobre carpintero...

En su vida pública, sobre los treinta años, vive pobremente, busca y prefiere a los pobres, pecadores, afligidos, niños...; predica con sencillez y entre sus apóstoles elige a unos pobres pescadores. Hace milagros para probar su misión divina, pero sin ostentación, y propone parábolas sobre la humildad, hablando del fariseo y del publicano, y que no querramos ocupar en un convite los primeros puestos. Ama a los niños y a los pecadores a los que les ofrece el perdón, y dice: «No he venido a ser servido, sino a servir...»

En vísperas de su pasión, se abaja a lavar los pies a sus discípulos e incluso a Judas, a quien le dice en el momento que le va a prender: «Amigo, ¿a qué has venido?...». Luego sufre burlas, bofetadas, insultos, salivazos, azotes... y es crucificado, y en vez de hacer que se abra la tierra y trague a cuantos le insultan, ora por ellos y se venga con la caridad y el perdón: «Padre, perdónales que no saben lo que hacen»...

Y ahora en la Eucaristía, a merced de sus ministros, desciende sobre el altar, y se ve expuesto, encerrado, oculto, olvidado...

El famoso misionero Padre Liebermann, judío por su nacimiento (muerto en 1852), consolaba cierta vez a una señora que se lamentaba de haber sido víctima de una grande humillación, con las siguientes palabras (sobre las que también debemos reflexionar todos): «Nuestro Señor Jesucristo ha sido hoy también muy humillado, porque cuando esta mañana tomó usted la comunión quiso descender al pecho de un ser tan miserable como es el hombre». Jesucristo se rebajó en tan gran manera, que quiso ocultarse en un trozo de pan.

2.° *La Virgen María.* He aquí un modelo sublime

de humildad. Ella vivió en la actitud de una pobre esclava del Señor, Va a ser elegida para Madre del Redentor del mundo, y extrañada de que un ángel le hablase de parte de Dios, pedida la explicación de cómo podría conservar su virginidad y ser Madre a la vez, ante la respuesta del mensajero divino, exclamó: «He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra».

La Santísima Virgen reconoce que en ella se han hecho grandes cosas y que la llamarán bienaventurada todas las generaciones, y por eso canta en el «magnificat» el fundamento de su gran triunfo, que está en la humildad» «Porque vio la humildad o pequeñez de su esclava», «la verdad» de ella, por eso la colmó de bienes...

Y por eso cuando ella canta, canta a Dios. Cuando magnifica, magnifica a Dios. Cuando se alegra, se alegra en Dios. Porque ve también con suma perfección que todo cuanto tiene lo ha recibido de la misericordia infinita de Dios. La Virgen anuncia, como si dijéramos, la sentencia de Cristo en el Evangelio: «El que se ensalza será humillado, y el que se humilla será ensalzado».

La humildad implica el propio conocimiento y con él el conocimiento de todo lo que hemos recibido y que dependemos de Dios, es decir, ser humilde no es solamente reconocer nuestra limitación, nuestra impotencia, nuestros defectos o nuestra nada, sino que es afirmar al mismo tiempo que Dios es nuestro Creador, que en Él y por Él somos algo. Por eso, el «andar en verdad» es reconocer nuestra abyección y confiar en Dios.

Ejemplos de Santos y sabios humildes

1) *El curtidor y San Antonio Abad.* San Antonio orando en el desierto, oyó una voz del cielo: «Tú toda-

vía no has llegado a la perfección de fulano, curtidor de Alejandría». El Santo se levantó, fue a encontrarlo y le preguntó lo que hacía. El pobre curtidor, muy sorprendido le dijo: «¡Ah, Padre mío; que yo sepa, no he hecho bien alguno en mi vida; cada mañana y cada noche me humillo delante de Dios, reconociéndome como el mayor pecador que hay en la ciudad; pido para que todos sean salvados como premio de sus buenas obras; pero yo tiemblo por mí; temo por condenado por causa de mis pecados».

San Antonio se admiró de esta profunda humildad, fuente de semejante perfección. Esto nos recuerda la excelencia de la humildad reflejada en la parábola del fariseo y del publicano. El publicano obtiene perdón por ser humilde; desde lejos logró acercarse a Dios. El fariseo obstinado en su soberbia, no pudo alcanzar misericordia.

2) *La humildad de San Francisco de Borja.* Se cuenta en su vida que, yendo una vez de camino con el P. Bustamante, que era su compañero, llegaron a una posada, donde no hubo para dormir sino un aposentillo estrecho con sendos jergones de paja; acostáronse los Padres y el P. Bustamante, por su vejez y ser fatigado de asma, no hizo en toda la noche sino toser y escupir en el P. Francisco, y muchas veces en el rostro.

El Padre no habló palabra, ni se demudó ni desvió por ello. A la mañana, cuando el P. Bustamante vio de día lo que había hecho de noche, quedó en gran manera corrido y confuso; y el P. Francisco, no menos alegre y contento, para consolarle le decía: «No tenga pena de eso, Padre, que yo le certifico que no había en el aposenbto lugar más digno de ser escupido que yo».

3) *Ejemplos de humildad admirable* podríamos ver

en San Felipe de Neri, San Juan de Avila, San Pedro de Alcántara, el Cardenal Cisneros y en tantos otros que no nos es posible enumerar, y sólo diré como resalta su humildad en hechos que pueden verse narrados en sus vidas, especialmente en renunciar a dignidades y honores porque se creían indignos y tuvieron que imponérselos en virtud de santa obediencia. Cuando le dijeron a Fr. Francisco Jiménez de Cisneros que sería el Cardenal de Toledo, contestó: «Esto no reza conmigo», y hubo que recurrir de nuevo al Papa para que éste se lo impusiera porque no había razón capaz de hacerle ceder de su propósito, y al fin sólo en virtud del mandato de Su Santidad aceptó la mitra.

4) *Los grandes hombres suelen ser humildes. Sócrates,* uno de los mayores sabios de Grecia antigua (siglo IV a.C.), dijo: «Sólo sé que no sé nada». Este hombre de elevadísima inteligencia no ponía mucho aprecio en lo mucho que sabía, porque estaba cierto que era mucho más lo que ignoraba. También nos dijo Tomás de Kempis: «Si te crees saber mucho, acuérdate de tanto como ignoras». Los hombres más ilustres del género humano fueron siempre humildes y modestos.

— *Andrés Ampére* (muerto en 1836), afamadísimo como físico y matemático en una de sus conversaciones con su amigo Ozanam, exclamó: «Cuán grande es Dios, y cuán mezquina cosa lo que nosotros sabemos».

— *Copérnico,* canónigo polaco, que descubrió la rotación de la tierra alrededor del sol, era extremadamente humilde. Cuando se le hablaba de sus gloriosos descubrimientos, solía decir: «No llaméis a todo ello mi sistema, sino el orden de Dios». Rechazaba los elogios y honores que se le prodigaban, y decía que no había en él ningún mérito, sino en Dios que había creado tan

admirable concierto. Igualmente había que decir del célebre astrónomo *Newton...*

— *Kepler,* otro gran astrónomo alemán (nació en 1571), que descubrió la ley de los movimientos planetarios, concedía también poquísima importancia a su ciencia, y decía a menudo que debía todo su saber a la inspiración de Dios, y que aquella era por tanto el fruto de las oraciones que dirigía al Eterno para que le favoreciese en sus estudios. Aquel hombre ilustre no estaba orgulloso de sus conocimientos y quería que se tributasen a Dios, como a inspirador de toda ciencia, los honores y elogios con que le colmaban sus admiradores.

El gran medio para alcanzar la humildad

Aparte de las consideraciones anteriormente expuestas y de los ejemplos sublimes de humildad que nos dio Jesucristo y también la Santísima Virgen, el gran medio que tenemos para alcanzar esta virtud es pedirla a Dios con entrañable y constante oración, pues como nos dice el apóstol Santiago: «*Todo buen don y toda dádiva perfecta viene de lo alto y desciende del Padre de las luces*» (1,17). Ahora bien, la humildad es un gran don de Dios, que Él puede concedernos, si se lo pedimos. Luego en nosotros está el pedirla con fervorosa oración.

¿Quién no puede decir: «Señor, concédeme la gracia de ser humilde», y sintiéndose pecador, orar como el publicano del Evangelio:«Señor, ten compasión de este pobre pecador?»

Hay unas *letanías de la humildad,* que solía repetir el Cardenal Merry del Val y también dom Columba Marmión, y vienen a reducirse a las siguientes expresiones:

«Señor, ten piedad de nosotros... Jesús, dulce y humilde de corazón, oídnos... Del deseo de ser estimado... amado... buscado... alabado... honrado... preferido... consultado... aprobado... halagado... ¡líbrame, Jesús!

Del temor de ser humillado... despreciado... rechazdo... calumniado... olvidado... ridiculizado... burlado... injuriado... ¡líbrame, Jesús!

¡Oh María! Madre de los humildes, rogad por mí.

San José, protector de las almas humildes, rogad por mí.

San Miguel, que fuiste el primero en abatir el orgullo, rogad por mí.

Todos los justos santificados por la humildad, rogad por mí».

Tengamos presentes estos pensamientos:

—«Dos cosas podemos considerar en el hombre: lo que tiene de Dios y lo que tiene de sí mismo. Suyo es lo defectuoso; de Dios es cuanto pertenece a la salud y a la perfección» (Santo Tomás).

—«Nada hay más sublime que la humildad ante Dios» (S. Jerónimo).

—«La humildad verdadera y perfecta rechaza la gloria que se le ofrece y no busca la que no tiene. El verdadero humilde siempre teme la gloria y cuando ella se presenta, él se entristece abrumado» (S. Alberto Magno).

—Esta es la humildad verdadera: huir de las ocasiones en que pueda presentarse la gloria (S. Juan Crisóstomo).

Finalmente diremos con San Agustín: ¿Quieres ser grande? Comienza por ser pequeño. ¿Quieres levantar un edificio que llegue hasta el cielo? Piensa primeramente en poner el fundamento de la humildad».

El cimiento de la oración...

Después de todo lo dicho, como conclusión, diré que, por ser la oración el gran medio que tenemos para la santificación, hemos de tener siempre presentes las disposiciones de que nos hablan los santos para hacerla bien, y éstas son: mucha pureza de conciencia, o sea, vida de gracia, de recogimiento, de humildad, de desasimiento de lo criado...

Santa Teresa de Jesús nos dice, como antes indicamos: «Todo este cimiento de la oración va fundado en humildad, y mientras más se abaja un alma en la oración, más la sube Dios. No me acuerdo haberme hecho merced muy señalada, que no sea estando deshecha de verme tan ruín».

Algo parecido nos dice una religiosa capuchina, recientemente fallecida en Nava del Rey (Valladolid) (22-12-1984), refiriéndose a la humildad, como puede verse en su vida titulada: «Flor de un convento» en una de sus cartas al director espiritual: «... pero no puede figurarse cómo me da a conocer mi nada, y sin Él yo no puedo nada..., se lo agradezco infinito, pues me parece que de las muchísimas gracias que me ha concedido, es ésta la más grande, y creo que por ella tendré que dar más gracias durante toda la eternidad».

«Conózcame a mí y conozcaos a Vos», decía San Agustín, es decir: «Conózcame a mí», mis miserias y mi nada, para despreciarme, y «conozcaos a Vos» para más amaros.

Cuando uno se conoce bien, empieza a entablarse un diálogo entre él y Dios, y más sabiendo lo que Dios nos ama. Él nos dice: «Yo amo a los que me aman» (Prov. 8,17), y como Dios nos ha dado tantas pruebas de su amor, ya que nos ha creado y redimido por amor... Si Él es nuestro Padre y Bienhechor, si ha ve-

nido a salvar a los pecadores, y por tanto a mi pecador, si me ha enseñado el camino del cielo mediante el cumplimiento de sus mandamientos, ¿qué deberé hacer yo sino reconocer su grande amor y amarle con continua acción de gracias? Y así comienzo a hacer oración...

Bien puedo decirle desde el fondo de mi corazón: «Soy pecador, Señor, pero te amo», o como dijo el publicano del Evangelio: «Ten compasión de mí porque soy pecador» (Lc.17,13)... Así puede uno empezar a hablar con Dios por medio de jaculatorias, y después a elevar más su mente a Dios (lo que llaman los santos oración mental), que como dice Santa Teresa es «tratar de amistad con Dios, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama».

La verdadera amistad con Dios exige limpieza de conciencia, esfuerzo para no cometer jamás un pecado venial deliberado, vigilancia en mis conversaciones, porque «el que no peca con la lengua es persona perfecta» (Sant. 3,2) y tomar la resolución de conformar nuestra voluntad con la suya.

Por la revelación sé claramente que Dios me ama y si me ve arrepentido olvida todos mis pecados, y siendo esto así, ¿cómo podría yo querer perder su amistad? Por eso, Señor, detesto mis culpas y te digo y diré siempre: «Jesús mío, yo te amo», y quisiera que cada latido de mi corazón esté repitiendo esta jaculatoria.

Siendo mi alma «como un Castillo todo de un diamante» o «un paraíso, donde dice Él que tiene sus deleites» ¡qué gran hermosura no deberá tener, y más sabiendo que viene a convertirse en templo de la Santísima Trinidad! ¿Cómo no esforzarse en entrar «dentro de sí» y no estar «en cosas exteriores» que disipan, o sea, no quedarme en el cerco o ronda del Castillo?

Si mi alma es este Castillo, como dice la Santa de Avila, donde todo un Dios «Rey tan poderoso, tan sabio, tan limpio, tan lleno de todos los bienes» desea habitar, ¡cuán hermoseada y limpia de toda mancha deberá estar!

Como «la puerta para entrar en este Castillo es la oración y la consideración», no perdamos de vista el trato íntimo de amistad entre Dios y el alma, procurando, como dice San Juan de la Cruz, «traer a Dios presente y conservar en la pureza que Dios le enseña», es decir, actuarse en la presencia de Dios y así evitar la disipación y mantenernos en el recogimiento habitual.

No olvidemos que para ser santos tenemos que conocernos bien, servir en humildad y velar en oración.

INDICE

A mis lectores 3
Virtudes cristianas 5
¿Qué es la virtud? 5
¿Cuál es la principal de las virtudes? 6
¿Qué es la humildad? 8
Dichos de Santa Teresa de Jesús 10
Pensamientos de Santa M. Sofía Barac 11
Otros pensamientos sobre la humildad 12
Grados de humildad.............................. 14
Primer grado de humildad 15
Segundo grado de humildad........................ 16
Tercer grado de humildad.......................... 17
La humildad de entendimiento y de voluntad 17
Práctica de la humildad............................ 19
Aceptar las humillaciones 22
Ejemplos prácticos................................ 24
El verdadero humilde ama a todos 26
Nuestros más perfectos modelos de humildad 28
Ejemplos de Santos y sabios humildes 30
El gran medio para alcanzar la humildad........ 33

SELECCION DE LIBROS MUY RECOMENDABLES

Los Santos Evangelios: Edición económica con letra muy clara.

Los Evangelios Concordados e ilustrados: Estos al tener los cuatro textos refundidos en uno resultan más amenos y fáciles de comprender. El tipo de letra grande y las ilustraciones hacen más fácil la lectura.

El Nuevo Testamento: Edición económica con letra muy clara y legible incluso para personas mayores.

OBRAS DE SANTA TERESA:
El Libro de la Vida.
Camino de Perfección.
Libro de Las Moradas.
Relaciones Espirituales.

OBRAS DE SAN LIGORIO:
Las Glorias de María.
El Gran Medio de la oración.
Práctica de Amor a Jesucristo.
El Amor del Alma.
Reflexiones sobre la Pasión.
Conformidad con la Voluntad de Dios.
Preparación para la Muerte.
La Santidad Sacerdotal.
Visitas al Santísimo Sacramento.

OBRAS DE SANTA TERESITA:
Obras Completas de Sta. Teresita.
Historia de un Alma.

SAN LUIS G. DE MONTFORT:
El Secreto de María.
El Secreto Admirable del Stmo. Rosario.
Tratado de la Verdadera Devoción.

B. MARTIN SANCHEZ:
El Catecismo Ilustrado.
Diccionario de Espiritualidad.

Evangelios y Hechos Ilustrados.
¿Por qué no vivir siempre alegres?
El Catecismo más Bello.
Jesús de Nazaret.
La Santa Misa.
Flor de un Convento.
Para ser Santo.
Para ser Sabio.
Para Salvarte.
Florecillas de San Francisco.
Vida y Obra de S. Pedro de Alcántara.
La Necesidad de la Oración.
El Secreto de la Felicidad.
El Ideal del Cristiano.
Esencia de la Misa.
Dios y el Universo.
Las Grandezas de María.
Escogida entre millares.
La Virgen de la Medalla.
La Virgen de Fátima.
Santos de Todo el Mundo.
Santas de Todo el Mundo.
Santa Bernardita de Lourdes.
El Santo cura de Ars.
San Alfonso de Ligorio.
San Bernardo.
Santa M.ª Magdalena de Pazzi.
San Antonio M.ª Claret.
San Antonio de Padua.
San Francisco de Asís.
San Pedro de Alcántara.

MUY IMPORTANTE:

El precio de todos estos libros es bastante económico, y suelen estar a la venta en casi todas las librerías religiosas. También se mandan por Correo a reembolso de su importe pidiéndolos a la siguiente dirección: APOSTOLADO MARIANO. C/ Recaredo, 34 - 41003 SEVILLA.